



# Fruchteis am Stiel

**MATERIAL:**  
Kleine Gläser und  
Holzstäbchen oder  
Eisförmchen

## ZUTATEN

- 1 Tasse Himbeeren
- 1 Tasse Heidelbeeren
- 1 Tasse Erdbeeren
- 3 Kivis
- 3 EL Agavendicksaft  
oder Staubzucker



## INFO FÜR ELTERN

**Achtung:** Bitte helfen Sie Ihren Kindern beim Schälen der Kivis.

## TIPP

Ungeduldige können gefrorene Beeren nehmen, leicht antauen lassen, pürieren und gleich genießen!



1. Himbeeren, Erdbeeren und Heidelbeeren in unterschiedlichen Gefäßen pürieren.
2. Kivis schälen, in Stücke schneiden und ebenfalls pürieren.
3. Probier das Fruchtmark und wenn es dir nicht süß genug ist, gib je einen Esslöffel Agavendicksaft oder Staubzucker dazu.
4. Fülle etwas Fruchtmark in die Gläser, stecke ein Holzstäbchen in die Mitte und gib alles eine halbe Stunde ins Gefrierfach. Nun sollte die erste Schicht halb gefroren sein.
5. Jetzt kannst du die nächste Schicht eines an-

deren Fruchtmarks in die Gläser füllen und sie wieder für eine Stunde ins Gefrierfach stellen, bis du alle Schichten fertig hast. Wenn die letzte Schicht Fruchtmark eingefüllt ist, lasse alles mindestens zwei Stunden lang im Gefrierfach, bevor du das Eis genießt.

**TIPP:** Du kannst alle deine Lieblingsfrüchte in der gleichen Weise zu Fruchteis am Stiel verarbeiten! So schmecken Vitamine in der heißen Jahreszeit besonders köstlich.